

発達障害専門プログラム



(Self-understanding・Technique・Experience・Peer-support)

第2期 プログラムスケジュール

開催日：第2・4水曜日 13:00~15:30

回数	日付	プログラム
①	2024年9月11日	オリエンテーション・【C】自己紹介
②	9月25日	【C】コミュニケーションについて
③	10月9日	【C】あいさつをする／会話を始める
④	10月23日	【E】障害理解・【D】発達障害とは？
⑤	11月13日	【C】会話を続ける
⑥	11月27日	【C】会話を終える
⑦	12月11日	【D】ピア・サポート①
⑧	12月25日	【C】表情訓練・【D】相手の気持ちを考える
⑨	2025年1月8日	【E】感情のコントロール①(不安)
⑩	1月22日	【E】感情のコントロール②(怒り)
⑪	2月12日	【C】上手に頼む／断る
⑫	2月26日	【E】社会資源を活用する
⑬	3月12日	【D】相手への気遣い
⑭	3月26日	【C】アサーション(非難や苦情への対応)
⑮	4月9日	【E】ストレスについて
⑯	4月23日	【D】ピア・サポート②
⑰	5月14日	【E】自分の特徴を伝える①
⑱	5月28日	【E】自分の特徴を伝える②
⑲	6月11日	【C】相手をほめる
⑳	6月25日	振り返り／卒業式

プログラム内容

【コミュニケーションプログラム(C)】	コミュニケーションにおいて大切なスキルを、仲間と共に学ぶ。
【心理教育(E)】	自己理解のための講義とワークを組み合わせた心理教育プログラム。自己理解を深める。
【ディスカッションプログラム(D)】	各テーマをグループで話し合い、他の人の対応やアイデアを参考に、自分に役立つスキルを学ぶ。

※あらかじめ欠席がわかっている場合は、できるだけ前日までにお知らせください。

※当日の欠席・遅刻のご連絡は、やむを得ない事情を除き、できるだけ8:30~12:00の間にお問い合わせください。